

El Teler



Periodico della Casa di Soggiorno di Cortina D'Ampezzo
numero 21 anno 2023/2024 - stampato in proprio

GRAZIE A TUTTI COLORO
CHE CI HANNO REGALATO
UN PEZZETTO DI SE'



INDICE

PREMESSA.....	p.5
DETTI E PREGHIERE E FRASI SAGGE	p.6
CANZONE D'ALTRI TEMPI.....	p.10
IL MIO CANE WELTA.....	P.11
LA SPERANZA	p.12
L'ABC DEL MESE DI SETTEMBRE	p.13
LA BUONA EDUCAZIONE E LE BUONE MANIERE	p.14
LA NATURA.....	p.16
1° INCONTRO E VENTI DI PASSIONE "PIATTI GENUINI CHE FESTEGGIANO L'INVERNO CON LUCIANA LEZUO' "	p.17
2° INCONTRO E VENTI DI PASSIONE	
"SAI QUANDO PARTI MA NON DOPO QUANTO ARRIVI CON DOMENICA BONOTTO".....	p.20
3° INCONTRO RACCONTI DI NATALE CON ANTONIETTA CREPAZ.....	p.23
4° INCONTRO E-VENTI DI PASSIONE	
"IN GIRO PER IL MONDO"	p.26
EVENTI SPECIALI	p.31
L'IMPEGNO PER GLI ALTRI	p.34
ATTIVITA' MANUALI E LABORATORIO DI CUCINA.....	p.35
GLI AUGURI AI NONNI DELLA CASA DI RIPOSO	p.36
I BAMBINI DEL CATECHISMO.....	p.37
LA MIA SECONDA VITA	p.38

PREMESSA

Ben ritrovati,

in questo numero ci sono diverse generazioni che si raccontano e avvicinano:

da una parte gli anziani con la loro saggezza dall'altra la generazione dei figli e dei nipoti che condividono che cosa rende la loro vita piena, interessante negli articoli "E venti di passione". Pubblichiamo anche alcune attività in cui sono impegnati gli anziani: attività di stimolazione cognitiva come "nell'ABC di Lisetta" o "l'impegno per gli altri" in cui le signore continuano a lavorare a ferri per passione ma anche con un occhio rivolto a chi si trova a vivere con difficoltà e a combattere con il freddo delle notti. E poi alcune foto dei momenti più belli del Natale e del Carnevale da poco trascorso in cui dopo questi anni faticosi finalmente abbiamo potuto incontrarci nuovamente.

Non ci resta che lasciarvi immergere nella lettura di questo nuovo e appassionante numero del Teler !!!

La redazione

Eddy Sperandio

Katia Del Favero

Laura Conserotti

DETTI, PREGHIERE E FRASI SAGGE

Preghier a Sant'Antonio

Sant' Antonio mio giocondo
illuminate tutto il mondo
Chi lo tien per suo avvocato
Da San' Antonio sarà aiutato
Cede il male le catene
Trove ognun ciò che smarri
Anche conforto nelle pene
Vecchi e giovani ogni dì



"Una buona parola vale più di tutto l'oro del mondo"

"Non c'è proverbio che non sia provato"

"di morosi ne avevo 7- 8 sono rimasta con un zoto e neanche questo non l me vol più"

"Sono solo le montagne che non si possono toccare tra loro, le persone del mondo prima o poi si ritrovano"

"Il ballo fa far salti ma la fame ancor di più" (Guerrino)

NINNA NANNA (Gemma)

Ninna nanna ninna o

questo bimbo a chi lo do

lo darò alla Befana che lo tiene una settimana

lo darò a Gesù bambino che lo tiene un mesino

Questo bimbo non lo do perché è mio

e me lo tengo tutto io



FILASTROCCA PER GIOCARE A NASCONDINO di Guerrino

Conta conta 15 se non saranno 15

Conta 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15



FILASTROCCA DELLA PIOGGIA di Guerrino

Pioa pioa vien

che me pare l'è andat a fien

che me mare l'è andata a fraghe

pioa vien che mi te paghe

Giuliana ci ha cantato una simpatica canzone d'altri tempi:

Siamo in 16 fratelli senza il becco di un quattrino

In un albergo siamo andati per farci ristorar

uno dice paga tu l'altro dice pagherò

ma la croce di un quattrino

nessuno lo vedrà

Madonna aiutaci Gesù provvedici

Che siamo in 16 senza un quattrin



Nel periodo estivo insieme al caldo arrivano anche dei noiosi insetti e Gemma ci ha cantato questa canzone goliardica

"Stanotte una zanzara non mi lasciò dormire

porca miseria la voglio far morire

tutta la notte invano

con le mutande in mano

davo la caccia

all'orribile bestiaccia"

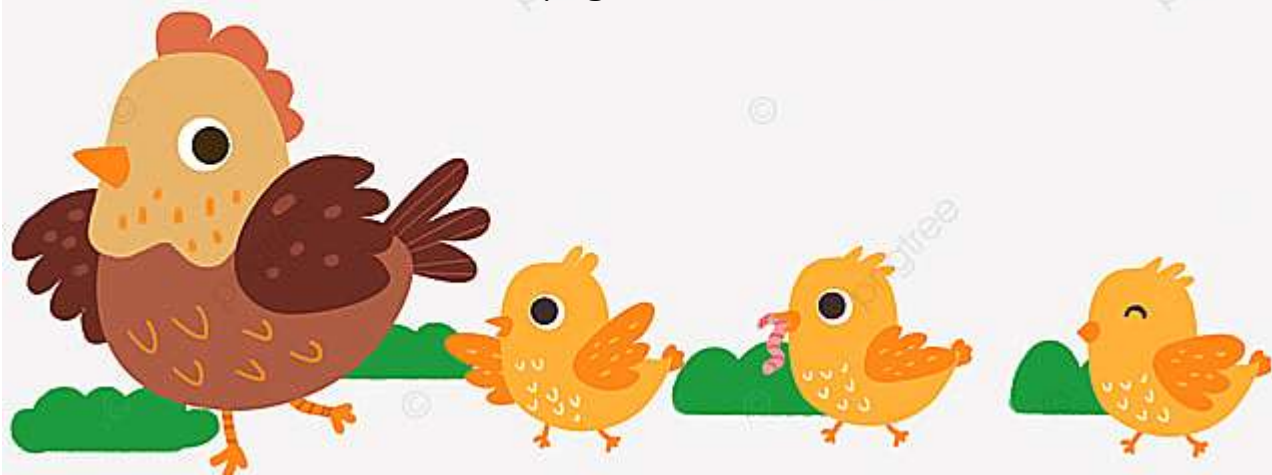


"mia nonna diceva che c'è sempre da imparare nella vita. E quando andavo nel bosco mi diceva che non bisogna mai tornare a mani vuote ma portare a casa almeno un ramo"

"mai paura mai passion
muore la feda e resta il monton" (Guerrino)

Giuliana ci recita una filastrocca d'altri tempi

"Buon giorno viene il sole,
su tre cavalli d'oro,
d'oro e d'argento
e vale cinquecento.
Vale centocinquanta
la gallina canta
E canta sola sola,
non vuole andare a scuola:
gallina bianca e nera
ti do la buona sera.
Buona sera e buona notte,
c'è il lupo dietro alla porta
ma la porta casca giù
e il lupo non c'è più.
E' fuggito sulla montagna
ha trovata una castagna
la castagna è tutta mia,
buona notte alla compagnia



CANZONE D'ALTRI TEMPI

Guerrino ama il canto e canta spesso stralci di motivi poco conosciuti come questa canzone della "Violeta la va la va", un canto antico probabilmente di origine risorgimentale, è noto in tutte le regioni alpine del versante italiano ma anche svizzero e francese. Questo canto ha attraversato secoli e generazioni, cantato nelle feste, durante attività lavorative, nelle guerre e per fare addormentare i bambini.

E la Violeta la va la va,
la va sul campo, la s'era 'nsôgnada
che gh'era 'l so Gingin che la rimirava.

Perchè tu mi rimiri, Gingin d'amor?
Io ti rimiro perchè tu sei bella,
e se tu vuoi venire con me anderemo alla guerra.

E mi con te alla guerra non vo venir,
non vo venire con te alla guerra
perchè si mangia mal e si dorme per terra.

No no tu per terra non dormirai
tu dormirai su un letto di fiori
con quattro bersaglieri che ti consola.

IL MIO CANE WELTA

Quanto amore per gli animali che entrano a far parte delle nostre famiglie, cani gatti criceti e pesciolini.

Marco ci ha raccontato del suo cane da cui ha dovuto separarsi e che ricorda sempre con tanto affetto.

"Avevo un cane pastore tedesco, una femmina che si chiamava Welta era un cane intelligente a cui ero molto affezionato: addirittura prendeva lei il giornale tra i denti e lo riportava a casa! Purtroppo, con mio grande dispiacere, mio fratello decise di darla via ad un signore che faceva il macellaio ...

Dopo un po' di tempo passando davanti al macellaio ho visto Welta e lei non mi ha riconosciuto subito e appena l'ho chiamata, lei ha sentito la mia voce, e mi ha fatto subito tante feste!"



LA SPERANZA

La signora Oliva ha fatto delle riflessioni rispetto a quanto sta ancora succedendo in Ucraina.

Sono la signora Oliva frequentatrice per 20 anni dell'Università anziani di Santo Stefano di Cadore (ora a riposo).

Mi chiedono cosa penso ad avere speranza e in cosa posso averla. Innanzitutto avere ancora il cervello che funziona per farmi capire anche in che modo viviamo e non solo sentire parlare di guerra.

Penso a quella povera gente che non ha più una casa e a quei bambini che vengono uccisi come se fosse una cosa lecita poterlo fare. E' una grande ferita che si apre continuamente.

Quella povera gente con un sacco in mano, portano via quello che possono dalla loro casa per potersi salvare.

Sperando che venga quel giorno anche per loro e che qualcuno possa veramente far finire questa battaglia a scapito della povera gente.

Ci sono persone che sembrano essere brave solo al comando.

La parola Speranza vale per tutti



L'ABC DEL MESE DI SETTEMBRE di Lisetta

Un bell'esercizio ed anche un gioco per mantenere la memoria attiva in cui si scrivono le parole pensando al mese.

Lisetta ci regala il suo mese di settembre.

Addio mese di agosto

Benvenuto settembre

Continua con belle giornate

Devi scaldare e fare sole

Edera molto lunga

Forse il tempo dei funghi per chi li conosce

Giro tutti i giorni con le ragazze

Hobby di colorare

Io sono contenta quando faccio bene le scale

La sera mi guardo sempre reazione a catena

Mi mancano i miei giri per i boschi

Non posso perché le gambe non sono sicure

Onoro mia figlia per tutto quello che mi fa

Per me Arci è una compagnia affettuosa

Quando non riesco a fare mi arrabbio

Resistere il più possibile e avere la testa a posto

Sono contenta quando faccio nuovi esercizi

Tante grazie a Valentina della terapia

Una volta facevo i miei giri per la legna

Vorrei poter fare ancora ma non posso

Zero in condotta per me 😊



LA BUONA EDUCAZIONE E LE BUONE MANIERE

Una volta fin da piccoli si veniva educati a tutta una serie di regole per vivere con gli altri in armonia, in ogni occasione: a casa, in chiesa, con i vicini,...

Ines dice che queste sono le cose essenziali da imparare nella vita.

In generale **si dà del Lei alle persone più grandi**, una volta addirittura si dava del Voi. Tempo fa si dava del Voi anche ai genitori e anche tra moglie e marito ci si dava del Lei.

Qualcun'altro ci ricorda che c'è una eccezione che riguarda gli americani che loro utilizzano sempre il "tu" non hanno la forma di cortesia Lei.

Tra donna e uomo: si apre la porta e si fa passare davanti la donna. Si salutava la donna con il baciamaio.

A tavola a ristorante l'uomo spostava la sedia per fare accomodare la donna.

Quando marito e moglie vanno a fare la spesa insieme, l'uomo porta le borse; se quando si va a dormire la moglie "russa" è l'uomo che si alza dal letto se non riesce a dormire e se ne va.

Alle donne si regalano i fiori almeno in occasione del compleanno e dell'anniversario.

Un'amica ci dice che in città il fidanzato che riaccompagnava a casa aspettava che la fidanzata entrasse dal portone prima di andarsene via.

Con gli altri:

In autobus si lascia il posto alle persone più grandi;

Non si voltano le spalle alle persone;

non si parla all'orecchio;

in chiesa: si salutava il prete con "Sia lodato Gesù Cristo" ed il prete rispondeva "sempre sia lodato".

Poi ci sono le **regole di buon vicinato:** alle persone del villaggio ci ricorda Roberto si chiamava zia e zio (Tata e Babo) ed era come una grande famiglia;

quando si vedeva una signora anziana portare l'acqua dalla fontana si andava ad aiutarla;

quando mancava una persona del villaggio il primo vicino sbrigava la parte burocratica ed aiutava ad organizzare il funerale;

quando nevicava tutti davano una mano a spalare la neve; se veniva la pioggia mentre si raccoglieva il fieno i vicini venivano ad aiutare a rastrellare; ci si dava una mano anche quando era ora di fare legna e Gemma ricorda che si aiutava ad intassare.

Se si vive **in condominio**, Gemma ci ha ricordato che quando si dà l'acqua ai fiori sul balcone, si fa attenzione che sotto non ci sia nessuno



LA NATURA

Lea con la saggezza dei suoi 101 anni ha condiviso una sua riflessione sulla Natura

La Natura è grande: basta guardare un seme che cade a terra e poi vedi venir su la piantina e guarda cosa succede! Ma come fa?

Bisogna guardarla la Natura, guardare le montagne, i boschi come godono dell'acqua !

Mentre noi siamo tutti che pensiamo alle nostre case e alle nostre cose...ecco per la Natura dovremmo avere la stessa attenzione!

Poi penso al Signore che ha creato tutto in sette giorni...ma come ha fatto? Un giorno solo per creare gli animali, per creare tutte le bestie.

E così mentre sono qua nel mio letto penso a tutte queste cose...



INCONTRO E VENTI DI PASSIONE CON I FAMILIARI

Abbiamo condiviso con alcuni familiari la passione per il mangiare, per la corsa e per la scrittura

1° INCONTRO "PIATTI GENUINI CHE FESTEGGIANO L'INVERNO CON LUCIANA LEZUO' "

Dall'incontro fatto con Luciana Lezuò a cui hanno partecipato molto attivamente gli ospiti della Casa di Riposo e del Centro Diurno sono state raccolte alcune ricette di piatti tradizionali tra cui una grande varietà per preparare i Kanederli o Knedi:

kanederli alla **trentina con la salsiccia** che preparava Maria, la suocera di Luciana ed anche Santina se la ricorda (anche lei è di origine trentina) in cui gli ingredienti oltre a pane tagliato a cubetti, uova e farina sono salsiccia e prosciutto cotto e noce moscata e conditi con salvia e burro fuso.

Ma come non ricordare altre varietà come i

kanederli da magro (con i formaggi)

kanederli di verdura

leberknedi (con il fegato)

kanederli con le barbabietole

kanederli classici con gli affettati

Erano piatti da fare nei giorni di festa

una curiosità'...si fanno anche **knedi dolci**?

Certamente, i famosi **Zwetschgenknodel**

kanederli dolci con la prugna che faceva Fileno di Chiave ...

e Roberto aggiunge che sono una specialità proveniente da Praga c'è la variante con la marmellata per chi li volesse provare può andare al Lago di Landro



Altro piatto speciale erano le **taglietelle**

perché le uova erano preziose :

c'è chi racconta che si facevano con le ortiche e

Luisa D in rifugio ci racconta che le facevano con il cacao

E cosa dire dei **casunziei** Luciana ci racconta - e le altre signore si aggiungono -

con sciopetins (carletti in italiano),

ingrasora (spinacio selvatico),

ortica

e una curiosità: in Alto Adige non raccolgono i sciopetins perché non li conoscono !

Laura osserva che i sciopetins fanno più fatica a germogliare perché si taglia l'erba con la falciatrice!

Per tutti i giorni il piatto per eccellenza era la **polenta** e con quella avanzata la mamma di Luciana faceva i **gnocchi di polenta** tagliata a quadretti, si buttava in acqua salata e poi con burro fuso e grana e via in forno...che bontà'!!!

E sempre con la polenta quanto buone sono le **croste di polenta** e caffelatte

Altro piatto di riciclo della polenta è la **polenta pasticciata** come per fare le lasagne o pasticcio in cui si alternano strati di polenta, pomodoro o ragù e grana

Silvia racconta che faceva **polentina** in cui si schiacciavano dentro le patate e anche Santina dice che durante la guerra si faceva così'... e aggiunge che c'è un'altra specialità trentina : la **polenta carbonera** con metà' grano saraceno e metà' farina gialla e insieme si cucinava il salame Lisetta condivide con noi un detto della polenta della sua cara nonna a cui lei era molto legata "o cotta o cruda il fogo l'ha veduda! "



E che dire della **minestra d'orzo** con lo stinco o con cotechino o carre' affumicato, Santina metteva dentro 4, 5 castagne per dare sapore e naturalmente carota sedano e patata e $\frac{1}{4}$ di latte e un po' di porro

Non ci siamo fatti mancare le specialità veneziane tanto care a Mirca - come i bigoi in salsa,

sarde in saor

spaghettoni con le vongoe e

per finire con i dolci come

i zaleti,

i bussola',

i buranei biscotti da intingere nel vino,

anche la frutta caramellata e le fritoe ...che fame!



Tornando a Cortina con le grappe, questa e' stata un'annata di stropacu' o cognores (rosa canina) con cui si fa la marmellata e la grappa ...ma quanto impegno e che dire della marmellata di sambuco con le bacche nere?

Un'altra specialità è la marmellata da provare a fare è quella di mela e cannella e un po' di limone.

Insomma un bel menù dal salato al dolce da cui prendere spunto per provare a fare qualche piatto tradizionale.

2° INCONTRO E VENTI DI PASSIONE

"SAI QUANDO PARTI MA NON DOPO QUANTO ARRIVI CON DOMENICA BONOTTO"

Oggi è venuta a trovarci Domenica Bonotto che tutti conosciamo come "Nica" e ci ha raccontato della sua passione per la corsa, della fatica che si fa e di alcuni stratagemmi.

E' bello correre con gente che viene da tutto il mondo e per partecipare alle competizioni è neccessario che mi **prenda del tempo per allenarmi**. E questo aiuta la **forza di volontà e l'autostima**.

Ho smesso di dire "non ce la farò mai" ed ho iniziato ad allenarmi.

La gara più lunga che ho fatto è stata la maratona di Palermo di 42 km. Pensavo che fosse pianura ed invece...!

Correre è un modo bello per conoscere le città nuove, vedere quelle note da un'altra prospettiva, scoprire scorci diversi.

A Genova ho corso sulla sopraelevata: da una parte si vedeva la città e dall'altra il mare.

Poi ho fatto alcune trasferte di più giorni come a Monaco dove si arriva all'Olympiastadion lì c'erano 800 bambini ad attenderci!

Mentre si corre ci sono i punti ristoro; ad esempio, nella Proseccina da 10 km da Conegliano a Valdobbiadene si attraversano le cantine e si possono fare gli assaggi.

Nella notturna che si corre sulla neve si mangiano krapfen e the. La lezione principale l'ho imparata sulla mia pelle: cosa poter mangiare o meno durante la gara!

Oltre a percorsi diversi ci sono situazioni diverse: a Jesolo si corre sulla spiaggia; tra il lago di Landro e Dobbiaco si corre di notte e nella Proseccina si corre tra i filari delle viti.

La prossima corsa che vorrei fare è la mezza maratona di Napoli!.

Nel tempo per allenarmi ho trovato degli espedienti: vado avanti e dico "ancora 10 minuti e poi mi fermo...e passati i 10 minuti vado ancora avanti per altri 10 minuti... e così di seguito!

Uscire a fare ore di allenamento da sola è faticoso e trovare qualcuno che vado al tuo stesso passo è difficile ma fare questo **sforzo viene ripagato** perché poi **arrivo in fondo!**

Ad esempio, nella corsa tra i filari c'era acqua e fango e quando arrivi in fondo è una gioia indescrivibile!

La corsa è diventata un movimento fonte di business: è necessario utilizzare calze che vanno una destra e una a sinistra, l'alimentazione, le scarpe,...

In realtà, per correre non servono tante cose: un buon paio di scarpe, abbigliamento leggero, un orologio e...**prendersi del tempo!**

E poi ci sono tante persone che dedicano il loro tempo come volontari alle corse ed anch'io quando non correrò più, darò una mano!

Durante il lockdown ho fatto una mezza maratona in giardino e ho scavato il solco dove sono passata!

Alla fine dell'incontro sono intervenuti alcuni anziani tra cui Rito che faceva le gare tra la Lombardia e la Svizzera. Ha iniziato a 40 anni a correre e a gareggiare nello sci di fondo. Racconta: "Una

volta in stazione avevo gli sci sulla schiena e con la punta ho urtato un carretto della frutta e così ci siamo dovuti fermare ad aiutare a tirare su tutto...gli ultimi compagni di squadra sono saliti sul treno mentre era in corsa!

Il mio consiglio è fare corsa d'estate e fondo d'inverno, ...io partirei subito! "

Santina ci racconta che ha corso 2 o 3 volte da Campo a Fiammes la 10 km! Ed anche Antonio allenava a Peschici i ragazzi.

Ci siamo salutati e Elsa innamorata del color viola ha chiesto se poteva prendere una maglietta di quel colore e Nica gliel'ha regalata!



3° INCONTRO RACCONTI DI NATALE

In questo incontro Antonietta Crepaz che scrive racconti e poesie, ci ha regalato emozioni e ricordi dell'infanzia legati alle feste di Natale da S. Nicolò alla Befana

Condivide con noi una bella poesia dal titolo:

"Dove posso appoggiarti?"

*Bambino di culla
che come ogni anno
scendi dal cielo
nel freddo dell'inverno,
dove posso appoggiarti
quest'anno che il mondo
s'è molto infangato?*



*"Preparami la culla
dove c'è guerra bombe e distruzione
lì la vita è considerata
meno di un straccio.
mettimi su di una barca
che naviga a stento
tra le onde del mare,*

*accanto a occhi neri
che sperano in un'esistenza
che abbia dignità.
Appoggiami nelle famiglie
dove alloggia violenza
e si vive con paura
che si mutino in furia
sguardi e parole.*

*Non lasciarmi
soltanto nel tuo presepe
in una capanna di scorza,
scaldato da due capi di bestiame,
in compagnia dei pastori,
pecore e Re Magi,
ma preparami un giaciglio
nel cuore della gente
che sente il mio bisogno".*



Iniziando con le feste di San Nicolò, Lisetta ricorda che la nonna a cui era molto affezionata le diceva "hai preparato il fieno?"

Mentre Pierina era arrabbiata perché si ricorda che le portava un tubetto di vetro con dentro gli zuccherini e mandarini mentre alle altre bambine portava bambole. A Santina portava i mandarini, a Romano le carrube, ad Albino il carbone dolce e Luciano trovava le mele che però erano del suo giardino e qualche domanda se la faceva...

Un'altra ricorrenza è la Banbona o bonaman si chiama da altre parti "Bondì bon an e la man bona a mì!" recita Gemma e racconta che i bambini di Campo e Salieto si radunavano e studiavano da chi andare prima e dopo per cantare e ricevere qualche soldo e a volte davano anche £5 ...non c'era tanto ma qualcosa davano. Anche Elsa ricorda questa tradizione che in Comelico si faceva la mattina del 1° gennaio e Guerrino ci racconta che si andava per le stalle e ti davano i "corno" delle bacche che si facevano essiccare per l'inverno.

E con la Befana chiamata in fodom "Donacia", ma come spiega Antonietta non in senso dispregiativo, si faceva da mangiare un "casunciello" grande con rape rosse e gialle e infine c'è chi ricorda che in altre parti del Cadore si canta la Bella Stella.



4° INCONTRO E-VENTI DI PASSIONE

"IN GIRO PER IL MONDO"

Elena Huber, nipote di Gabriella, è venuta a trovarci e ci ha portato in giro per il mondo con le sue belle foto e con tante curiosità...alla fine dell'incontro ci è venuta la voglia di viaggiare con un pizzico di coraggio!

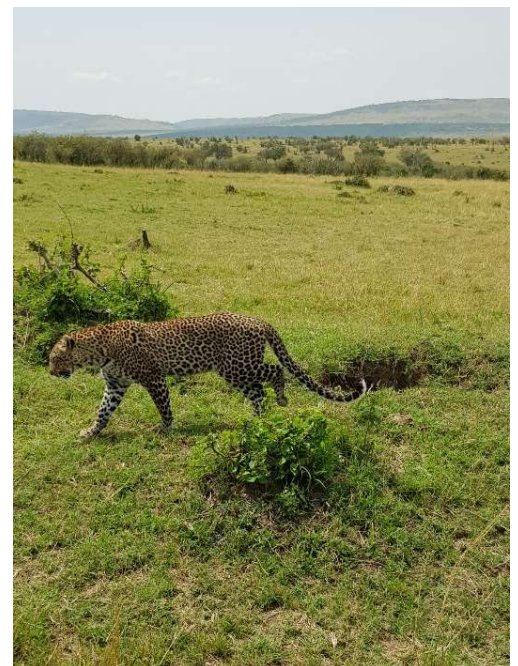
Elena ci ha raccontato che per lavoro e per passione ha girato 28 Paesi tra cui alcuni di cui ci ha portato delle bellissime foto.

Ha iniziato raccontandoci dello **Sri Lanka** a sud dell'India dove ha visitato la capitale con la sua città antica risalente all'anno 1000 in cui il palazzo del Re era di 7 piani ed in cui si trovavano anche delle piscine. Tra gli animali più comuni ci sono i pavoni, sono originari di quest'isola e che poi sono stati portati anche in Europa e nel resto del mondo. Lo Sri Lanka è inoltre famosa per le sue pietre preziose come gli zaffiri e le ametiste. Una curiosità: l'anello di fidanzamento di Lady Diana proveniva proprio da qui! In questa zona si coltiva il the di Ceylon una varietà molto pregiata!



Dallo Sri Lanka siamo poi passati all'Africa, in **Kenia**, in cui Elena ha potuto fare un safari e vedere animali liberi tra cui il ghepardo, una vera rarità poterlo vedere nel suo habitat naturale!

In questo territorio vivono i Masai, una tribù seminomade che vive in armonia con la natura, ed Elena ha detto che l'unico animale che temono non è il leone, ma l'elefante perché quando è arrabbiato è difficile trovare un riparo ! Inoltre i Masai costruiscono capanne fatte con fango e con lo sterco di vacca ...e **Luciano** ha aggiunto che sarebbe bello poter vedere queste cose con i propri occhi! I Masai - in occasione di visite e cerimonie- compiono danze e salti (vediamo un esempio del cerimoniale nella foto sottostante) come prova di forza tra i guerrieri della tribù e utilizzano il rosso come colore della loro identità!



Con un balzo nei racconti siamo passati alla **Florida** meta tra le piu' amate dagli Inglesi, che adorano visitare Disneyland e la città costruita attorno al Parco Divertimenti. Sicuramente "piu' culturale" è la visita alla sede della Nasa, dove si puo' assistere al lancio dei razzii, ne vengono effettuati tre a settimana!



Ma se vai a spasso in queste zone:

!!! attenzione agli alligatori !!!

Questi animali fanno comunemente "il bagno" nei laghetti di numerosi resort e non si imbarazzano nell'aggreire eventuali turisti malcapitati !!!

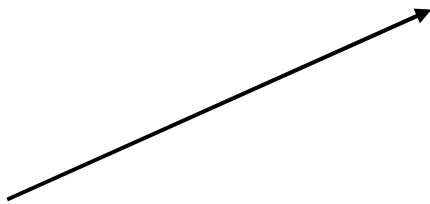
Altra tappa di questo viaggio "fantastico", Elena ci ha raccontato di quando ha percorso con la sua valorosa Panda l' **'Europa dell'Est'**: 2200 km in circa una settimana !

Una curiosità su Budapest (Ungheria): il tetto del Parlamento è rivestito da 40 kg d'oro !

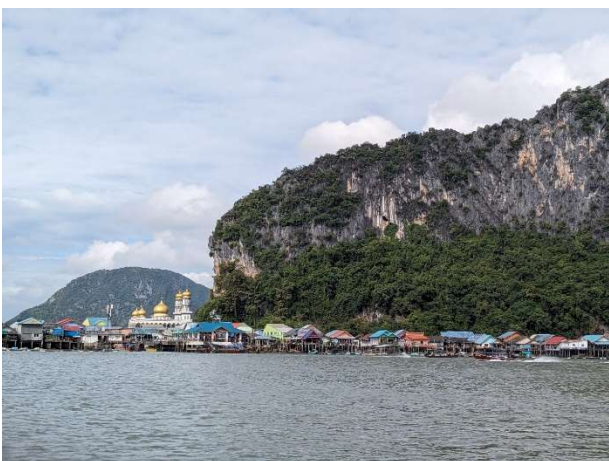
E a Praga, sulla torre del Municipio, l'orologio prende vita !!! Si anima magicamente ed un corteo di figure si affaccia dalle piccole finestre che sovrastano l'orologio.



Ed alla fine siamo tornati in Asia e più precisamente in **Thailandia**.
Il panorama è mozzafiato: c'è un villaggio su palafitte in cui vivono
2000 persone data la grande pescosità di questo mare !!



Nella foto accanto uno scorcio dell'emblematico "masso" attorno
a cui è stato girato un film di James Bond



Infine, Elena ha lasciato spazio alle domande.....



IL VIAGGIO PIU' BELLO.....

Sicuramente quello in Kenya, anche perché vissuto a stretto contatto con la tribù Masai e ospite in casa di un'amica



LE FATICHE DEL VIAGGIARE...

Elena ha risposto che la difficoltà maggiore è rappresentata dall'acqua, perchè in Occidente viene purificata negli acquedotti e noi siamo abituati ad utilizzare quella del rubinetto per ogni necessità, mentre in diverse parti del Mondo l'acqua è foriera di infezioni batteriche per cui è necessario utilizzare quella della bottiglia anche per lavarsi i denti!

Altra esperienza poco piacevole è quando ti perdono il bagaglio della stiva in aereo

Elena ha concluso l'incontro dicendo che più si viaggia e più tutto diventa sempre più facile !



LE NOSTRE CONCLUSIONI...

Fernanda le ha detto che è una persona coraggiosa e assieme ad altri anziani l'ha ringraziata per questa giornata!

E allora Elena, se non potrai portarci con te nel tuo prossimo viaggio, speriamo di cuore di averti ancora una volta in nostra compagnia per trasmetterci l'entusiasmo e la curiosità che oggi ci ha fatto sognare ad occhi aperti !!!!

EVENTI SPECIALI

Pubblichiamo alcune foto dei momenti più belli del periodo natalizio



Pranzi di Natale



Un grazie particolare ai cuochi !



Consegna dei regali da parte dell'Amministrazione comunale

Un grazie speciale al gruppo Ana sempre vicini ai nostri anziani !



...E che Befana!



Il Coro San Vito ha allietato le nostre Feste di Natale !



Infine una bella canta in compagnia dei bambini dell'asilo



L'IMPEGNO PER GLI ALTRI

Le signore continuano a creare i quadrotti di lana per confezionare coperte per persone senza la casa (progetto sheep)



O per contribuire al progetto Viva Vittoria, iniziativa nazionale per la violenza contro le donne



ATTIVITA' MANUALI E LABORATORIO DI CUCINA

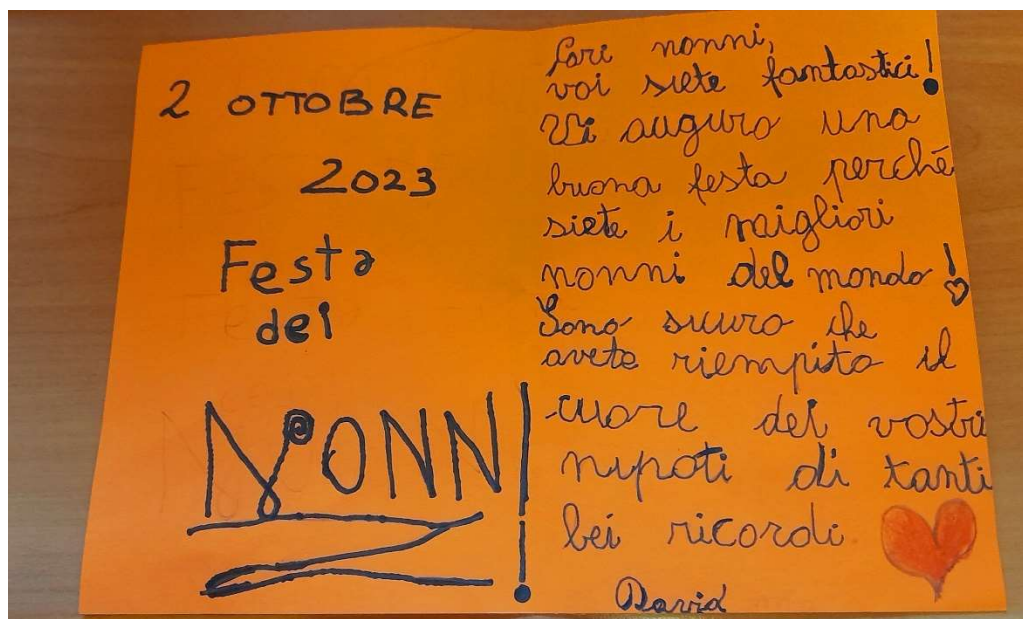
E' importante trascorrere le giornate in compagnia e impegnandosi in attività piacevoli come cucinare qualche dolcetto o preparare i festoni per le varie occasioni dell'anno !

Un grazie speciale a tutti i volontari dell'Auser che ci danno una gran mano !!!



GLI AUGURI PER LA FESTA DEI NONNI

Un bambino della scuola elementare ha mandato i suoi auguri per la festa dei nonni del 2 ottobre della casa di Riposo...è stato proprio un bel pensiero che ha scaldato il cuore !



I BAMBINI DEL CATECHISMO

*Grazie ai bambini del catechismo, alle catechiste ed ai genitori
per le bellissime stelle e gli angioletti che ci hanno fatto
compagnia durante il periodo di Natale*



***Dalla rivista “In cammino” dell’Università degli Adulti/Anziani
Ampezzo- Oltrechiusa***

febbraio2024

La mia seconda Vita

di Alberti Roberto

“Ai posteri l’ardua sentenza....” Chissà perché è la famosa frase di Napoleone che mi ripeto spesso e penso che anche lui ha dovuto perdere delle occasioni, come la sconfitta di Waterloo e della Russia, per conquistare poi l’Europa.

Io credo però che quella frase per me significhi che “la grandezza di un uomo dipende da quello che lasciamo ad altri come insegnamento”. La vita vissuta e’ una scuola, quindi non si finisce mai di andare a scuola e non si finisce mai di imparare.

Io stesso mi stupisco di quanto ho appreso e di come sono cambiato negli anni. Potrei dire che - dopo un momento buio che ho vissuto, il fatto di dover uscire da casa mi ha aperto ad altre esperienze, ad altri interessi, quasi...una seconda vita !

E da quando sono andato in pensione ho imparato di più. Ho avuto anche la fortuna che ci sono degli ausili per i minorati alla vista e delle proposte specifiche.

Per esempio, dal 2016 sono abbonato al *Centro Nazionale del Libro Parlato*, con sede a Feltre per il Veneto Orientale, che si occupa di registrare per i non vedenti audiolibri e diverse riviste (*per esempio, Panorama, Famiglia Cristiana, Viaggiare, Credere, Bellunesi nel Mondo*). All’inizio i libri erano “impressi” sulle

cassette audio, poi si è passati ai CD, che venivano spediti a casa, ed ora posso comodamente ascoltare quello che mi interessa con un' apposita app del tablet.

Inoltre sono iscritto all'*Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti* (U.I.C.I.), che pubblica riviste in braille e testi scolastici (stampati a Monza nella Biblioteca Regina Margherita).

I miei colleghi dell'Ufficio Lavori pubblici mi hanno fatto una grande sorpresa regalandomi per il pensionamento due volumi dal titolo "Vi racconto l'astronomia" di Margherita Huck, appositamente stampati per me dalla Biblioteca.

Dico con convinzione che chi ha una passione, ma non ha piu' le capacità completamente integre, puo' approfittare di queste proposte !

Infine, ho imparato a settant'anni, "da vecchio", a lavorare con il tablet. Averne sentito parlare è un conto, ma aver messo in pratica è un altro discorso. All'inizio facevo "lezione" una volta alla settimana con Cristian per capire come usarlo. Il tablet non ha la tastiera in braille, quindi devo muovermi con la assistente vocale, voice over, Siri. E poi c'è sempre Eddy, che se ho bisogno mi dà una mano!

Quello che non è mai cambiato nella mia vita è il gusto del SAPERE. Mi dico sempre "Roberto piu' ne sai, piu' ne vorresti sapere". Per questo dopo pranzo dedico sempre due ore a me stesso, ascoltando notizie dal podcast, audiolibri, riviste di diverso genere. Mi piace molto variare.

Invece, quando sono nella sala della Casa di Riposo RIFLETTO. Mi ricordo le cose e me le ripeto dieci mila volte. Questo mi rassicura

perché il pensiero di fondo è “ C’è un limite a tutto: fino a quando potro’ imparare ? Fino a quando avro’ spazio nel cranio per metterci altro? Fino a quando conservero’ la buonissima memoria che ho ereditato da mia madre?” Mi spaventa il pensiero di DIMENTICARE.

Penso anche di avere una bella RESPONSABILITA’ verso gli altri, verso chi fatica a tenere a mente. Loro sanno che io ricordo molte cose, che mi vengono le risposte a ruota libera, e in questo posso essere D’AIUTO. A chi mi chiede un’informazione su svariati argomenti sia per le attività che svolgiamo qui sia per la Vita del Paese, riesco quasi sempre a dare un suggerimento, un’idea.

Infine, mi serve molto anche andare all’Università degli Anziani. La frequento dal 2018, ma confesso che dopo il periodo del Covid ritornare mi preoccupava. Prima sono andato sempre con entusiasmo, non vedevo l’ora! Che fosse al cinema Eden o al Polifunzionale a San Vito, avevo proprio voglia di partecipare, attendevo con trepidazione quel pomeriggio di cultura e l’occasione di stare in mezzo ad altre persone.

Dal 2022 ho ripreso con piu’ fatica, perché mi sembra che dovrei interagire maggiormente con i docenti: chiedere, fare domande su quanto espongono... e invece le domande magari mi vengono quando la lezione è finita!

Però ho deciso di sforzarmi di partecipare, perché sono convinto che questa opportunità sia il miglior antidoto per continuare a far lavorare il cervello, ad evitare l’invecchiamento della mente che, diversamente dal corpo, puo’ continuare a svilupparsi ogni giorno della mia Vita.

